

Penyelidik UIAM cipta burger nangka

Burger antara sajian Barat yang menjadi pilihan popular masyarakat khususnya generasi muda, namun pengambilan burger yang banyak menyumbang kepada peningkatan lemak badan kerana daging burger mengandungi lemak tepu tinggi yang menyebabkan risiko tekanan darah tinggi dan penyakit jantung.

Mengambil kira masalah itu, sekumpulan penyelidik Jabatan Pemakanan, Kulliyah Sains Kesihatan Bersekutu, Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM) melakukan perubahan dan inovasi ke atas menu itu dengan menggunakan burger nangka.

Produk itu yang menggunakan jerami nangka muda sebagai sebahagian kandungan daging burger, memenuhi cita rasa masyarakat tempatan yang sememangnya gemarkan kelainan.

Penyelidik terbabit, Dr Ibrahim Abu Bakar, berkata burger nangka lebih berkhasiat dengan kandungan serat tinggi dan lemak yang

rendah iaitu hanya sekitar satu hingga dua peratus berbanding burger sedia ada di pasaran.

Kebaikan kandungan

Katanya, kandungan air tinggi dalam jerami nangka muda pula bertindak mengurangkan kadar penye-

rapan minyak ketika proses menggoreng daging burger berkenaan sekali gus mengelakkan kandungan lemak yang tinggi.

"Burger kini menjadi sebahagian makanan harian dan penghasilan burger nangka ini mampu menjadi alternatif terbaik

kepada penggemar burger terutama mereka yang mempunyai masalah kegemukan, tekanan darah tinggi dan masalah berkaitan penyakit jantung.

"Dari segi rasa, ia hampir menyamai burger biasa yang ditambah dengan rasa nangka kerana jerami nangka

muda mawakili 75 peratus daripada keseluruhan kandungan daging burger dan bakinya daging," katanya.

Produk itu membuka lembaran baru kepada kepelbagaian penggunaan buah nangka itu turut membolehkan tahap pembuangan sisa buah nangka berada

pada tahap yang sangat minimum sekali gus membantu industri penanaman nangka menyumbang kepada peningkatan ekonomi petani.

Lebih murah

Ibrahim yang turut dibantu mahasiswa Sarjana Sains Pemakanan UIAM, Iman Abdullah berkata, jerami

nangka muda dipilih kerana teksturnya yang lembut, mudah dikunyah dan senang dihidam.

Katanya, penghasilan burger nangka juga adalah kesinambungan kejayaan inovasi serunding daging gantian jerami muda yang dihasilkannya sebelum ini selain maklum balas orang ramai yang inginkan kelainan dalam pilihan makanan sihat.

"Dari segi kualiti, serunding daging gantian jerami muda ini memberikan pilihan yang lebih luas kepada pengguna dalam memertingkatkan pemakanan sihat dengan kandungan lemak rendah dan serat tinggi

"Produk berkenaan jauh lebih murah iaitu kira-kira RM12 sekilogram berbanding serunding biasa yang mencecah RM50 sekilogram memandangkan harga nangka muda yang murah di pasaran," katanya.

INFO

Kelebihan Burger Nangka

- Kandungan lemak rendah
- Serat tinggi
- Lebih murah
- Mudah dihidam
- Sifat fizikal nangka muda yang lembut dan mudah untuk dicarik selepas direbus memudahkan penghasilan daging burger terbabit.

